





而我的礼貌是我的自主选择，选择的前提是我有能力反击而不用，这叫自主选择。在自主选择之下，我保持礼貌是我可以，我愿意。别人改变不了这一点，于是我获得了精神上的自由。如果礼貌对于社会中的大多数人而言，有减少摩擦的作用，那么算是意外之喜，因为我也不确定具体有多少人真的喜欢礼貌，是喜欢自己礼貌还是别人对自己礼貌。但我的确认为这样的礼貌要真实一些，也许能维持更久时间，不容易为外界所扰乱。做自己认定的事情，剩下的事情与我无关。

就像是一开头那位上来就问我知道不知道自己是猪的陌生人，我的第一个想法是一定程度上我有可能很蠢，并且自己对此全无觉察。这么看的话，他这么说也没有错。所以，答案是三个字：我知道。回答完之后，我还很真诚地感谢了他，因为即便是我自己，也不曾如此挂记和提醒一个陌生人。我不知道他看完怎么想，但我猜他应该没有理由继续愤怒下去。

更多课程微信c o c 3 2 0

划重点

添加到笔记

- 1.人际摩擦是难以避免的，而且发生人际摩擦未必就是自己的原因。凡事往自己身上归因，未免把自己看得过于重要。
- 2.无论对谁都保持礼貌，我就不用去猜测他们内心怎么想，持有怎样的观点，如何会说出这样的话，做出这样的事，以此去调整自己的态度和行为。
- 3.在自主选择之下，我保持礼貌是我可以，我愿意。别人改变不了这一点，于是我获得了精神上的自由。

和菜头·成年人修炼手册

作为成年人的300个基本

版权归得到App所有，未经许可不得转载

前一篇

如此好文章，快分享给需要的朋友吧！

微信

朋友圈

用户留言

默认

最新

只看作者回复

正在加载...